



# **DOSSIER**

## **IV TRICIAS TRAIL**

**ORGANIZA:**





## ÍNDICE

- 1. Presentación de la carrera.**
- 2. Recorrido.**
- 3. Paisajes y puntos de interés.**
- 4. Reglamento y datos de interés.**
- 5. Mapa y perfil.**
- 6. Ficha Técnica.**





## 1. Presentación de la carrera.

Siguiendo en la línea de las nuevas tendencias deportivas en el entorno de la naturaleza y la montaña, la IV Tricias Trail recorre una serie de senderos del municipio huyendo de carreteras asfaltadas, y adentrándose en caminos y sendas utilizadas desde tiempos pasados por ganaderos y viajeros, y en los tiempos actuales por excursionistas y montañeros.

Se trata de una prueba circular (salida y llegada en el entorno de la Plaza José Mata en Las Tricias) donde los participantes deberán recorrer 12,00 km y contarán con dos avituallamientos en el recorrido además de uno colocado en la línea de meta. La prueba tiene como tiempo límite para ser completada 3 horas.

Esta carrera está pensada para cualquier persona entrenada y acostumbrada a moverse por terreno de montaña y senderos con pendientes considerables. Sigue un recorrido que estará señalado y balizado, además de contar con miembros de la organización en cruces y puntos de interés para facilitar el disfrute del mismo.

El firme que el corredor encontrará serán principalmente senderos y pistas rurales, con pequeños tramos de pistas pavimentadas con soleras de cemento y tramos cortos por carreteras asfaltadas. El elevado porcentaje de recorrido por senderos y pistas de tierra hacen que la prueba se convierta en el marco ideal para embeberse del espíritu de las pruebas en la naturaleza y la posibilidad de medirse en *limpia* competición, ya que el fundamento principal de esta carrera es el respeto al medio ambiente y a la naturaleza.

## 2. Recorrido.

Como ya se ha adelantado en puntos anteriores, la prueba consiste en una carrera de montaña de 12,00 Km de longitud, la cual circula por parajes emblemáticos del municipio. (Ver ficha técnica).

La salida y llegada se realiza en el entorno de la Plaza José Mata, en Los Barreros, pasando por lugares como el parque de petroglifos de Buracas, Molino de Las Tricias o bosques de dragos de importante porte.

## 3. Paisajes recorridos y puntos de interés.

Como ya se ha destacado párrafos anteriores, el encanto principal de la III Tricias Trail radica en los paisajes y entornos que se pueden disfrutar durante la realización de la prueba, que junto a los diferentes puntos de interés por los que se pasa, hacen que esta prueba sea algo más que un evento deportivo. Los principales puntos de interés se redactan a continuación, mostrando algunas fotografías de los mismos:



- Plaza José Mata, Los Barreros.



- Museo del Gofio de Las Tricias.



- Petroglifos de Buracas.



- Bosques de Dragos.



- Asentamiento Agrícola de Lomada Grande.



- Asentamiento Agrícola de El Castillo.



Como ya se ha hecho referencia, el encanto paisajístico es uno de los principales valores con los que cuenta la isla de La Palma y al mismo tiempo es la base para el éxito de pruebas de este tipo. Concretamente, los paisajes del norte de la isla destacan por la exuberancia que ofrece la mezcla entre una naturaleza inalterada con una orografía muy abrupta. A estos entornos no se les aprecia su verdadera esencia sino se disfrutan en el lugar, ya que son algo más que una bonita panorámica, albergan sonidos únicos en cada instante, olores, dinamismo, etc. A continuación se presentan una serie de fotos aéreas que muestran algunos de los parajes más emblemáticos por los que pasa esta prueba deportiva.





#### 4. Reglamento y datos de interés de la carrera.

##### -ORGANIZACIÓN.

La prueba está organizada por la Asociación GarafíAventura, con la colaboración del Ayuntamiento de la Villa de Garafía y entidades privadas y públicas.

##### -CALENDARIO.

La carrera tendrá lugar el día 16 de de Julio de 2016, con salida prevista a las 17:30 horas desde la Plaza José Mata en Los Barreros, y discurrirá por pistas y senderos locales, (en algunos casos asfalto), con una distancia total del recorrido de 12,00 kilómetros aproximadamente.

##### - CATEGORÍAS.

CATEGORÍAS MASCULINA		EDAD	CATEGORÍAS FEMENINA	
JUNIOR		2002-1999	JUNIOR	
PROMESA		1998 - 1987	PROMESA	
SENIOR		1986 - 1977	SENIOR	
VETERANA A		1976 - 1967	VETERANA A	
VETERANA B		1966 - anteriores	VETERABA B	

##### -DOCUMENTACIÓN A PRESENTAR

-Cumplimentar ficha de inscripción y pago, además de portar el descargo de responsabilidad el día de la prueba a la hora de recoger el dorsal. Toda la información en [www.garafia.es](http://www.garafia.es).

\*(Los menores deben adjuntar la autorización y la fotocopia del DNI del padre/madre o tutor legal).

-El día 16 de Julio a la hora de recoger el dorsal, además del descargo de responsabilidad, los menores deben entregar este descargo firmado por el padre/madre o tutor legal y la autorización original firmada y fotocopia del DNI.

##### -INSCRIPCIONES.

Se realizarán en el Ayuntamiento de la Villa de Garafía, KN Sport, Burbujita, MultiTienda Tenisca y Supermercado UDACO Triana. El ingreso será efectuando en la cuenta ES31 2100 7108 9822 0005 2128, cuyo titular es la **Asociación GarafíAventura**, donde **SERÁ OBLIGATORIO** especificar el **nombre y apellidos del participante**.

Se considerará debidamente inscrito cuando haya realizado la inscripción mediante formulario y el pago de la cuota.

El plazo de inscripción será desde el día 20 de Junio hasta el día 11 de julio.

La cuota es de 15 € para todas las categorías. De forma excepcional se admitirán inscripciones el día de la prueba hasta 2 horas antes de la salida, pero no tendrá derecho a bolsa del/a corredor/a. La inscripción incluye:

-Avituallamiento líquido durante la carrera (2).

-Avituallamiento líquido y sólido a la llegada.

-Bolsa del corredor (**sólo inscritos en el plazo marcado**)







- Dorsal e imperdibles.
- Asistencia sanitaria.
- Seguro de responsabilidad civil.

#### **-PARTICIPACIÓN.**

Para recoger el dorsal será imprescindible presentar el DNI de cada participante y entregar cumplimentado y firmado el pliego de descargo de responsabilidad.

Los horarios detallados de la prueba son:

- Sábado 16 de Julio de 2015.
- \*16:00 h. recogida del dorsal.
- \*17:15 h. Chek-in salida (comprobación del dorsal).
- \*17:30 h. SALIDA.
- \*18:30 h. Hora estimada llegada del 1º corredor/a.
- \*20:30 h. Cierre de la carrera.

#### **-RECORRIDO.**

El recorrido estará señalizado con colores vivos en monolitos de piedras, cal o cualquier otro tipo de señalética por donde será obligatorio el paso y donde existirán referencias kilométricas.

Los participantes deberán portar desde la salida y durante toda la carrera hasta la llegada a meta el dorsal entregado, debiendo estar en lugar visible y sin doblar para ser verificado en los distintos controles y ser localizados durante la carrera. El corredor que se retire deberá avisar al control más próximo o mediante llamada telefónica al número **637361493**.

#### **-CONTROLES Y CIERRE DE PASO.**

La organización situará controles para asegurarse que todos los corredores/as completan el recorrido y registrar los tiempos de paso.

#### **-AVITUALLAMIENTO.**

Existirán 2 avituallamientos líquidos durante la carrera y uno en la meta líquido y sólido.

Los participantes deberán mantener estrictamente limpio el entorno. El incumplimiento de este punto implica la descalificación inmediata.

No se permitirá entregar ningún material, bebida o alimento a los participantes salvo en los puntos de avituallamiento colocados por la organización, donde si se permite la entrega/recogida de bebida o comida por parte de familiares y/o amigos del participantes.

#### **-PREMIOS.**

Se entregará trofeo a los tres primeros de cada categoría.

#### **-SEGURIDAD.**

La organización de la prueba garantizará la seguridad de los participantes disponiendo para ello las medidas y personal necesario hasta la hora de cierre de la carrera. Se contempla la presencia de vehículos oficiales, tanto de la organización como de medios de seguridad, debidamente identificados. El recorrido no estará cerrado al tráfico por





Ayto. Villa de  
Garafía

lo que hay que respetar el código de circulación y extremar las precauciones al cruzar la carretera o al llegar a algún cruce. Los puntos exactos de cruce de carretera estarán cubiertos por personal de la organización y/o Policía Local. El Personal del control está facultado para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes en caso de peligros objetivos, cambios de itinerarios, accidentes o en caso de abandono. Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir o neutralizar la prueba en un punto del recorrido. En este caso la clasificación se establecerá según el orden y el tiempo de llegada en dicho punto o en su defecto, en el último control realizado. Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para realizar la prueba.

#### **-CONSIDERACIONES Y DESCALIFICACIONES.**

Quedará descalificado todo el que no cumpla el presente reglamento, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización.

La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante.

Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. El hecho de inscribirse en la prueba hace que el participante acepte cada uno de los puntos expuestos en este reglamento.

#### **12.-JURADO DE LA COMPETICIÓN**

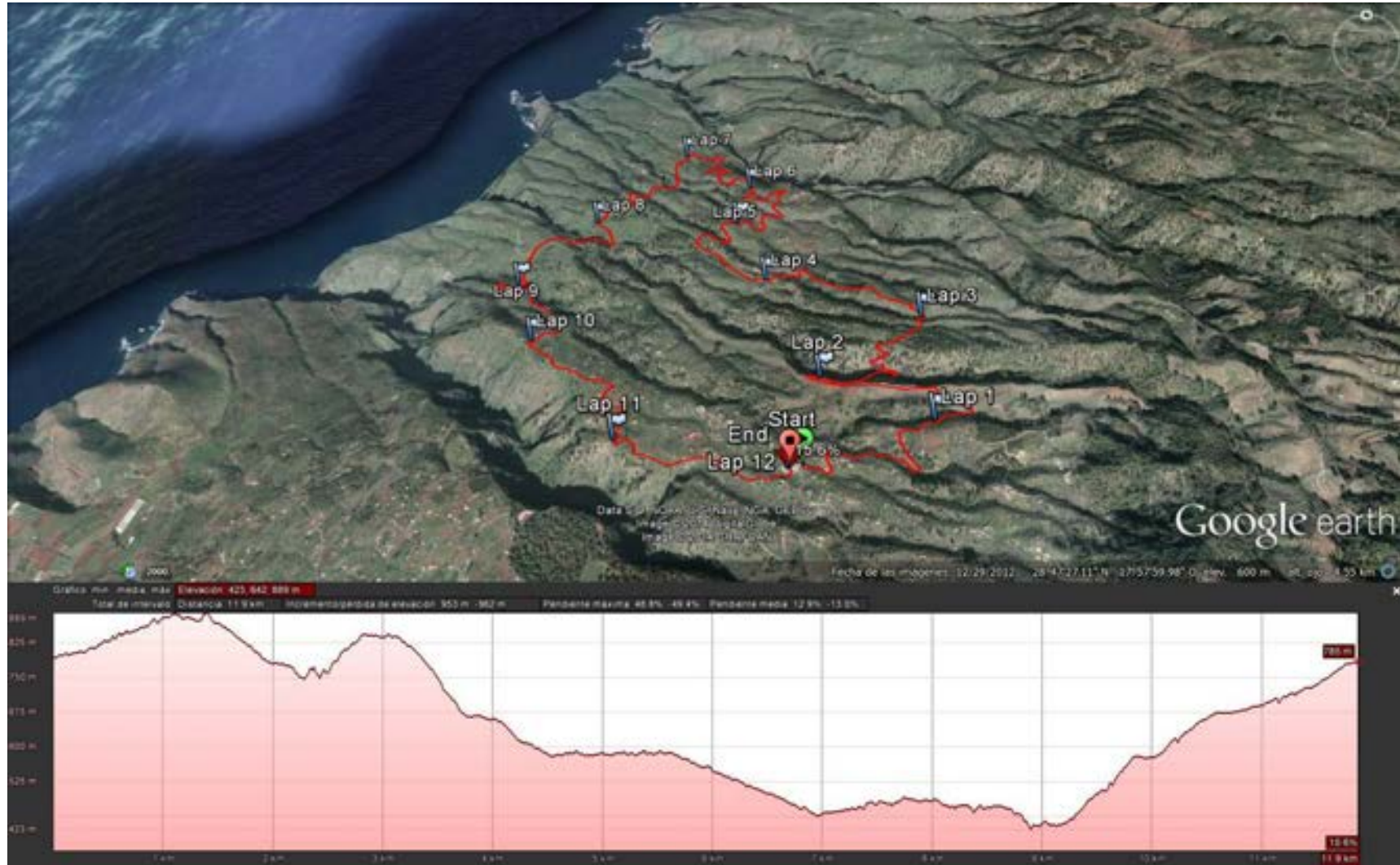
El jurado de la competición es el responsable de resolver las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición, así como cualquier otra cuestión no contemplada en el presente reglamento.

En caso de duda prevalecerá el criterio de la organización.





## 5. Perfil y mapa.





## 6. Ficha Técnica.

- **SALIDA:** 17:30 h en la Plaza José Mata en Los Barreros, donde la hora de llegada del primer corredor a la meta 18:30 h aproximadamente.
- **ALTURA MÁXIMA:** 570 metros sobre el nivel del mar, (Parte alta de El Castillo).
- **ALTURA MÍNIMA:** 426 metros sobre el nivel del mar, (Barranco de El Corchete a su paso por los Petroglifos de Buracas)
- **DESNIVEL ACUMULADO:** 1.130 metros.
- **DISTANCIA:** 12.00 km.
- **TIEMPO LÍMITE:** 3 horas.
- **DIFICULTAD FÍSICA:** media.
- **LÍMITE DE PARTICIPANTES:** 200
- **AVITUALLAMIENTOS:** 2 líquidos y uno sólido y líquido (uno de ellos en meta)
- **CONTROLES DE CRONOMETRAJE:** 1
- **CONTROLES DE PASO:** 1

